

Když se motýl batolec unaví, usedne i na šalvěj

V únorovém měsíčníku Bio na straně tři je článek: Ekolista zkoumal ekologické postoje prezidentských kandidátů. Ono se však něco jiného povídá před volbami a něco jiného potom. Například mnoho politiků z Ostravského regionu působí či zastávalo významné úřady v Praze, ale to co dýchají občané na Ostravsku, tedy vzduch je tam spíše nečistý až vražedný, ale voliči to svým politikům spočítají.

Pokud někdo dlouhodobě sleduje politiku a zdravotní stav nově zvoleného pana prezidenta Miloše Zemana, tak si mohl povšimnout jeho postižení mírnou nedoslýchavostí, občas nosil hlavu na stranu a ve stáří se k tomu mohou přidávat také poruchy stability. Sluch i závratě hlídá v hlavě tzv. hlemýžď a jeho poškození se těžko léčí. Obdobnými problémy trpěl také slavný římský císař Caesar a mnoho dalších osobností. Problémy může zhoršovat nadměrné kouření – měl by žvýkat

puškvorec, což alternativně prý tomuto zlovyku odnaučuje. Novému panu prezidentovi se však přeje zlepšení jeho zdravotního stavu a příjemné vládnutí.

V dnešní hektické době je skoro každý ohrožen nějakým postižením a je vhodné se s tím naučit žít. Období ekonomického rozvoje a blahobytu vystřídala krize a strany voličů ohrožených či postižených neza-městnaností by nyní lehce dopluly do vlády či do parlamentu Unie. Bohužel nyní politici selhávají, ale tím roste význam různých alternativních občanských aktivit. Jen kdyby se mezi sebou dokázaly domluvit. Čekají nás další volební kampaně a lze snad doufat, že se to volební štěstíčko unaví a usedne na tu správnou květinu, jako krásný motýl batolec duhový, který doplachtil na mou bylinkovou zahrádku. Kéž by byla naše země potravinově soběstačná a mlékem i medem oplývající.

(jap)

MRÁZ KOPŘIVY NESPÁLÍ

Mladé kopřivy raší již při teplotách mírně nad nulou, tehdy ještě nespálí a je možno opatrně je vytahat ze záhonů i s kořínky. Také je možno uštípnout mladou kopřivu, pomáchat ji mezi prsty v dlani a potom ji zkonsumovat. Na jaře je to vítaný zdroj vitamínů, železa i listové zeleně proti únavě.

Mírné popálení kopřivou nevadí, působí proti revmatismu, ekzémům a bolestem hlavy. První popálení kopřivou bývá obvykle nepříjemné a bolestivé, páte či padesáté a další popálení již jen jemně hřeje. Dětem na popálení je vhodné dát studené vlhké obklady, aby si to nerozškrabaly. Pokud pláčou, tak by slzičky měly padat na místo popálení a ono se jim uleví.

Kopřiva je nejrozšířenější léčivka i plevel a snad všichni ji znají a obávají se její žahavosti. Tam, kde roste, je obvykle dobrá úrodná půda, někdy s nadbytkem dusíku. Při pravidelném kosení se výskyt kopřiv omezí, ale s tím se také omezí počet motýlů v krajině. Občas je kopřiva dominantní rostlinou zaplavovaných lužních lesů, takže její vyhubení zatím nehrozí. Právě její růst v bylinném patře lužních porostů zapříčinil raný růst a odolnost chladu či mrazuvzdornost této někdy až dva metry vysoké rostliny.

Na jaře a při přízemních mrazících mají dost světla ke svému růstu, ale během května je listnaté stromové patro zastíní a posekané kopřivy již znovu rostou jen velmi pomalu. Máte-li zarostlé kopřivami nějaké staré rumiště či zbořeníště – tak lze sem pustit několik koz – udělají z toho golfový trávník lépe než motorová kosa a ještě si lze nadobit krásné bylinkové kopřivové kozí mléko. Pokud se toto mléko ještě prožene přes vepřové, tak výsledné maso na řízky je přímo lahůdkové. Takže pomoci

starých dnes asi zapomenutých biotechnologií lze i z kopřiv připravit lahodný vepřový řízek.

Vzrostlé kopřivy lze nechat kvasit v sudu s vodou na jichu. Čím smradivější, tím lepší. Potom lze tímto zákvasem kropit pěstované rostliny proti mšicím a jiným škůdcům. Je to trochu alchymie a magie, ale někdy účinnější než moderní chemie. Mladé kopřivy se úspěšně zkrmují drůbeží pro nastartování růstu a zatím nebyly zjištěny žádné nepříznivé účinky. Takže kopřiva se svou žahavostí brání tomu, aby nebyla pro svůj užitek vyhubena. Její cílené pěstování a přetvoření v technickou plodinu pro polní monokultury zatím nebylo úspěšné.

Kopřiva je celá léčivá a léčí téměř vše – od pročištění krve až po bolesti hlavy. Její popálení odstraňuje náchyllost k prochlazení a pomáhá proti revmatismu. Čaj připravený z kopřivy svou chutí připomíná sušené zelené řasy a je vhodné jej osladit medem nebo pampeliškovým sirupem. Kořen naložený v lihu podporuje růst vlasů. V dobách hladu může kopřiva i výrazně obohatit jídelníček člověka. Proto by měla mít své místo na zahrádce i v krajině a neměla by být likvidována jako nepříjemný plevel. Její odolnost proti mrazu se může popálením přenést i na člověka, zpočátku to nepříjemně svědí, ale po chvíli pokožka regeneruje. Řčení, že mráz kopřivu nespálí, je třeba vnímat jako: "Ve zdravém těle zdravý duch." Dobří pozorovatelé přírody vědí, že mráz kopřivu sice spálí, ale ona na jaře ze svých kořenů zase obživne.

Vitalitu této bylinky lze přenést i na člověka. Proto se nedoporučuje šmahem hubit všechny kopřivové porosty.

Jan Papáček

KOPŘIVOVÝ RECEPTÁŘ

Polévka s kopřivami

150 g kořenové zeleniny, 1 cibule, 2 brambory, miska kopřiv, sádlo nebo olej a mouka na zasmažku, sůl, pepř, petrželka, česnek, trochu smetany.

Nakrájenou zeleninu a brambory dáme vařit do osolené vody. Asi po čtvrt hodině přidáme nakrájené kopřivy a zasmažku a dále chvíli vaříme. Nakonec dochutíme pepřem, česnekem, petrželkou a zamícháme smetanu nebo mléko. Již nevaříme, jen udržujeme teplotu.

Velikonoční nákyp s bylinami

400 g kopřivových lístků, slaná voda, 150 ml mléka po 2 lžicích libečku a kopru, 200 g másla, 4 suché housky, 2 malé cibule, 2 žloutky, 1 lžička smetany.

Listy kopřivy uvaříme ve slané vodě, vodu z nich vymačkáme a nasekáme je. Housky nakrájíme dáme do hrnce a pokryjeme nakrájeným máslem a zalejeme vařícím mlékem. Necháme zakryté pokličkou dusit. Přidáme nadrobno nakrájenou cibulku, kopr a libeček a posolíme, přimícháme listy kopřiv. Rozmícháme žloutky se smetanou a zamícháme do směsi. Dáme na vymaštěnou plochu misku a zapečeme v troubě asi při 175 stupních půl hodiny.

Špenát z kopřiv

Mladé kopřivy spaříme a nakrájíme nadrobno. Na oleji nebo sádle zpěníme cibulku a přidáme kopřivy, podusíme. Můžeme přidat vajíčko.

Jarní salát – aneb bylinky proti jarní únavě

8 kopřivových vrcholků, 8 lístků žebříčku, 2 řepíku, 5 pampeliškových lístků, 5 pupalkových.

Bylinky ze zahrádky dobře opereme pod tekoucí vodou, nadrobno pokrájíme a zalijeme zálivkou (univerzálně použitelnou):

1 lžice olivového neb slunečnicového oleje, 1 lžice cukru, podle chuti sůl, podmáslí asi 5 lžic – také dle chuti.

P. Dostálek, Gengel o..p. s.,
Bio 2/2000

